Проблемы агрессии у детей дошкольного возраста.

Причины и способы предотвращения агрессивного поведения у детей.

Педагог – психолог

МБДОУ «ЦРР – детский сад

№ 15 «Страна чудес»

Г. Ханты - Мансийск

Пяк А.И.

**Агрессивное поведение детей** – вербальная и физическая активность, направленная на причинение вреда собственному здоровью, людям, животным, внешним объектам. Основано на негативных эмоциях, желании навредить. Проявляется непослушанием, раздражительностью, жестокостью, оскорблениями, клеветой, угрозами, отказами от общения, актами насилия (укусами, ударами).

Проявление агрессии у дошкольников обусловлено возрастными особенностями психического развития. В большинстве случаев она возникает спонтанно в ответ на какой-либо раздражитель. Объектами агрессии чаще всего становятся сверстники или близкие люди. Дошкольники с большей легкостью прибегают к физической агрессии (бьют, кусают), чем старшие дети. При этом, согласно психологическим исследованиям, мальчикам более свойственно открытое проявление агрессии, в то время как девочки чаще прибегают к вербальной (обзывательства, ирония, сарказм) и пассивной (игнорирование, обесценивание) агрессии. Также малыши, имеющие братьев или сестер, обычно более склонны к межличностной агрессии, чем единственные дети в семье.

Признаки агрессии.

Во-первых, ребёнок проявляет агрессию через поведение и поступки:

* дерётся или просто замахивается;
* пинается;
* кусается;
* бросается игрушками и другими предметами;
* толкается;
* плюётся;
* царапается;
* плачет, кричит, истерит;
* щипается;
* рвёт одежду;
* отбирает игрушки.

При этом агрессивное поведение выставляется напоказ, чтобы все обратили на него внимание. Попутно он демонстративно отказывается соблюдать правила (не идёт есть, не ложится спать, не одевается) и не признаёт своих ошибок. Поэтому бесполезно в такие моменты объяснять, что он поступает плохо.

Во-вторых, агрессивный ребёнок использует словесные приёмы, чтобы излить злость:

* всех задирает;
* обзывается;
* угрожает;
* матерится;
* оскорбляет;
* спорит;
* насмехается.

Некоторые агрессивные дети используют только один шаблон поведения, закреплённый на подсознательном уровне.

***Причин, вызывающих агрессивное поведение детей дошкольного возраста, довольно много:***

* Страх. Родители могут даже не догадываться, что ребенок чего-то боится или считают причину страха сущим пустяком. Игнорирование проблемы со стороны взрослых может привести к истерике.
* Запреты. У авторитарных родителей малыш бывает «задавленным» постоянными «нет», «нельзя» и «надо». На ребенка кричат, в чем-то обвиняют или упрекают.
* Ребенок отстаивает свою территорию или границу своей личности.
* Ссоры между родителями или членами семьи вызывают страх, протест и, как следствие, агрессивные вспышки.
* Ребенок ожидает нападения, опасается враждебности.
* Старается доказать свою независимость и самостоятельность.
* Чрезмерное эмоциональное напряжение.
* Ребенок чувствует, что его не любят или даже ненавидят.
* Копирует поведение окружающих взрослых или детей.

**Диагностика состояния агрессии у подростков и детей**

Существуют различные методики выявления детской агрессии. Рассмотрим некоторые из них.

* Схема наблюдения, составленная Алвордом и Бейкер. Она включает в себя 8 критериев. Необходимо отслеживать поведение ученика (воспитанника) не менее 6 месяцев. Если ребёнок агрессивный, то за это время проявится минимум 4 признака.
* Анкета Лаврентьевой и Титаренко содержит 20 вопросов, на которые нужно ответить «да» или «нет» (бланк заполняет педагог). Данный опросник помогает определить уровень агрессивности школьника.
* Тест «Руки» Вагнера позволяет выявить у детей не только склонность к насилию, но и другие особенности эмоционально-волевой сферы ребёнка. Его используют так же для обследования детей с ОВЗ.
* Рисуночные тесты («несуществующее животное», «кактус») выявляют скрытую агрессию, могут применяться при диагностических обследованиях младших дошкольников и детей с нарушениями развития.

**СПОСОБЫ КОРРЕКЦИИ**

Работа с агрессией проводится в нескольких направлениях:

* обучение приемлемым способам выражения злости, недовольства, гнева;
* обучение самоконтролю, умению распознать негативные эмоции по ощущениям в теле и вовремя успокоиться;
* формирование способности сопереживать, доверять, сочувствовать, проявлять милосердие.

Если дома накаленная обстановка или ребенок переживает развод родителей, рекомендуется психологическая консультация всем членам семьи. Чтобы справиться с агрессией, важно поместить ребенка в спокойную, доброжелательную, любящую среду. При неврологических заболеваниях требуется лечение.

Также родителям стоит оказывать посильную поддержку ребенку. Важно помнить, что он проявляет агрессию только потому, что не умеет иначе. О том, какие способы помогут справиться с эмоциями, читайте ниже.

**ЧТО ТЫ ЧУВСТВУЕШЬ?**

Когда ребенок злится, нужно попросить его описать, что он чувствует, где располагается чувство гнева в его теле. Обычно дети очень детально расписывают, как горят щечки, начинает покалывать в ладошках, колотится сердечко, в горле кричать хочется. Важно чтобы малыш научился прислушиваться к своим ощущениям. Нужно попросить его словесно сообщать о своем состоянии. Например: «Я очень злюсь», «Тебе лучше меня не трогать, я могу сорваться».

**ОБЗЫВАЛКИ**

Гнев нужно выражать приемлемым способом. Например, вместо обидных оскорблений лучше использовать шуточные обзывалки. Участники конфликта должны договориться, какие слова они будут говорить друг другу. Например: «Ты картошка». «А ты укроп». В конце, когда на смену злости придет смех, нужно закончить перепалку приятным словом: «А ты солнышко (котенок, сахарок)».

**Агрессию у детей постарше можно унимать обзывалками в стихотворной форме. Например:**

*«Ленка — пенка — колбаса,  
На веревочке оса.  
Ленка — пенка — колбаса,  
Тухлая капуста.  
Съела кошку без хвоста,  
И сказала: «Вкусно».*

**РАССЛАБЛЯЛКИ**

По мере того, как ребенок будет учиться распознавать свой гнев, нужно учить его самоконтролю. Одним из способов является расслабление. Нужно попросить малыша изобразить злость, а затем попробовать прилечь и расслабиться. Необходимо закрыть глаза и представить, как он качается на волнах на надувном матрасе. Можно сделать легкий массаж с потешками. Главное, чтобы ребенок почувствовал, что гнев – это временная эмоция, которую он способен контролировать.

**ЗЛАЯ КУКЛА**

Малышу можно подарить игрушку, которая обладает не слишком покладистым характером. Нужно придумать и рассказать ее историю, попросить сына или дочку ее перевоспитать. Чтобы игра не наскучила, взрослый должен активно участвовать в ней, управлять второй куклой, спрашивать, как чувствует себя воспитанник, научился ли он бороться со злостью.

**МЕШОЧЕК ДЛЯ КРИКА**

Еще один действенный способ избавиться от гнева и предотвратить агрессию – покричать в мешочек. Ребенку нужно разрешить выкрикивать любые, даже самые плохие слова. Лучше он сделает это сейчас, чем потом, на улице. После того, как малыш почувствует облегчение, мешочек вытряхивают за окошко.

**АРТ-ТЕРАПИЯ**

Разгневанному ребенку можно предложить лист бумаги и карандаши и попросить нарисовать свои чувства. Поначалу он будет выбирать темные тона, надавливать на карандаш с силой. По мере того, как нажим будет слабеть, нужно предложить новую идею – изобразить счастье или мечту. Также для арт-терапии хорошо подходят пальчиковые краски, которыми можно рисовать на холсте всей рукой. Дети 5 лет и старше могут рисовать карикатуры на своего обидчика. На заключительном этапе плохой рисунок уничтожают – рвут или сжигают.

**ДЕЙСТВИЕ**

Если ребенок сильно разозлен и расслабление невозможно, нужно показать, как правильно выплеснуть негатив. Например, устроить бой подушками, покидать мяч в баскетбольное кольцо, побить грушу, поиграть в боулинг. Также полезно будет отвести агрессивного ребенка в какую-нибудь спортивную секцию, где он будет расходовать свою энергию (плавание, боевые искусства, акробатика).